12.041 Mletý rezeň so syrom
100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové pliecko			4,00	4,00	4,50	4,50	5,50	5,50
hovädzie zadné			2,00	2,00	2,50	2,50	2,50	2,50
vajcia			8	0,40	10	0,50	12	0,60
múka hladká			0,60	0,60	0,70	0,70	1,00	1,00
cibuľa			0,30	0,25	0,40	0,34	0,80	0,68
syr tvrdý			1,00	1,00	1,20	1,20	1,50	1,50
soľ			0,12	0,12	0,15	0,15	0,20	0,20
korenie čierne mleté			0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02
olej			2,20	2,20	2,50	2,50	3,00	3,00
cestíčko:								
mlieko			1,20	1,20	1,75	1,75	3,50	3,50
múka hladká			0,90	0,90	1,20	1,20	1,80	1,80
vajcia			16	0,80	20	1,00	25	1,25
hmotnosť porcie v g			90		110		130	

Receptúra

Výrobný postup

Umyté mäso zomelieme na jemno, pridáme postrúhaný syr, očistenú, nadrobno pokrájanú cibuľu, soľ, mleté čierne korenie, vajcia a časť hladkej múky spolu premiešame. Z masy formujeme rezne, ktoré obaľujeme v múke a v cestíčku. Rezne vyprážame v horúcom oleji.
Príloha: zemiaková kaša, zeleninový šalát alebo kompót.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	1696	407	16,79	32,4	13,5	12,2	0,6	129,6	1,8	0,060	0,2	0,2	0,4	2,5

C	1988	477	20,14	37,2	15,3	15,5	0,7	159,6	2,1	0,074	0,2	0,2	0,6	2,8
D	2499	600	24,63	45,2	18,4	23,4	1,1	217,0	2,7	0,094	0,3	0,3	1,2	3,6